

BENEFICIOS DE LA CONVIVENCIA CON LOS ANIMALES DE COMPAÑÍA

Desde que el hombre primitivo fue transformando su modo de vida nómada y basado en la caza y en la recolección de frutos hacia un sedentarismo con inicio de rudimentarios cultivos, poco a poco consiguió “domesticar” distintas especies para su provecho (carne, leche, lana, huevos, pieles, etc.) Existen fundamentalmente dos especies, el perro y el gato que, si bien han cumplido unos ciertos cometidos (defensa, caza, lucha contra roedores, etc.), desde un principio han actuado también como animales de compañía. El perro acompañaba siempre en su quehacer diario a su dueño aunque este no fuera a cazar o a pastorear al rebaño. Excavaciones de tumbas de gran antigüedad han mostrado como los perros eran incluso enterrados con sus amos para acompañarles en este último viaje.

¿POR QUÉ TENEMOS ANIMALES DE COMPAÑÍA ?

Se plantea qué es lo que hace diferente a los perros para ocupar un status familiar tan distinto a otros animales y en definitiva, por qué hoy en día tenemos cada vez más animales de compañía en donde su valor económico o utilidad es casi nula. ¿ Por qué tantas personas en todo el mundo desarrollan con sus mascotas unos vínculos tan estrechos y los cuidan con tanta intensidad ? Independientemente de la posible utilidad del perro (por ejemplo “lazarillo”), la base de la relación entre las personas y su animal es sin lugar a dudas el afecto. Algunos psiquiatras analizan esta relación descubriendo que en ocasiones es más fácil establecer vínculos emocionales con el perro que con otras personas (el perro siempre está dispuesto a acompañarnos, nos “escucha”, nunca nos juzga, nos ofrece la lealtad más intensa, sentimos que nos necesita, ...) En la sociedad actual el papel que desempeñan los perros es indiscutible, siendo reconocido incluso por las personas menos apegadas a los animales de compañía.

Otro aspecto interesante que se ha estudiado profundamente en la actualidad es la sensación de aislamiento y encierro que producen nuestras grandes ciudades y por ello la necesidad de mantener un contacto con la naturaleza que se busca al rodearse de plantas y animales en los hogares. Esta es quizá la razón por la que también encontramos una gran variedad de especies que empiezan a ser utilizadas como animales de compañía (aves, reptiles, insectos, etc.) De todas formas y volviendo a la idea del párrafo anterior, el intercambio afectivo que se produce con el gato y especialmente con el perro no es comparable en términos generales, al que se obtiene con otras especies animales.

En términos estadísticos se estiman en unos 180 millones el número de animales de compañía censados en la Unión Europea, sólo Francia ronda los 35 millones de los cuales más de 10 millones son perros. Uno de cada dos hogares de la Europa comunitaria poseen algún animal de compañía. Un tópico muy extendido es aquel que relaciona la presencia de animales con personas solitarias , nada más lejos de la realidad y por ejemplo en Francia las personas que viven solas poseen un 15% perros y

un 30% gatos ; en el caso de las familias de más de 4 personas la presencia de perros asciende a un 70% y a un 35% con gatos.

TERAPIA ASISTIDA POR ANIMALES DE COMPAÑÍA

La denominada “Terapia Asistida por Animales de Compañía” (TAAC), es un término de reciente aceptación por la comunidad científica, para un fenómeno conocido desde hace siglos. En este sentido existen referencias de que ya en el siglo IX las personas minusválidas eran llevadas a granjas pues se creía que el contacto con los animales mejoraba el “cuerpo y el alma”. En el siglo XVIII en Inglaterra a los enfermos mentales se les ponía en contacto con animales para que los cuidaran pues disminuía su agresividad y practicaban un “autocontrol” con criaturas más débiles que ellos. Además de otra multitud de ejemplos que se han descrito, se considera al psiquiatra infantil B. Levinson como el principal impulsor cuando observó que un niño con el que no podía establecer contacto, interaccionaba de forma entusiasta con su perro “Jingles” en un encuentro casual. A partir de ahí comprobó como la presencia de su perro en las sesiones, facilitaba enormemente el contacto con los pacientes más introvertidos e incommunicativos.

Otro psiquiatra americano, llamado McCulloch, publicó un interesante trabajo en el que exponía el poder terapéutico de los animales en enfermedades invalidantes, depresión, soledad, baja autoestima, agresividad, etc. Experimentos científicos demuestran que el simple hecho de acariciar un animal disminuye la presión sanguínea, la temperatura corporal y el ritmo cardiaco al relajar a la persona. Desde entonces se considera que cuidar un animal produce efectos beneficiosos al tocarlo, observarlo, nos mantiene ocupados, evita la soledad, da seguridad, estimula a realizar ejercicio y a interrelacionar con otras personas.

Por todo ello hoy está ampliamente reconocida la terapia asistida por animales que suele definirse como la “utilización de animales como método complementario en el tratamiento de afecciones físicas o mentales (invalidez, autismo, deficiencia mental, etc), en alteraciones en el aprendizaje, programas reinserción de presos, ayuda a personas mayores, etc. al proporcionar cambios en el estado físico, social y emocional de las personas”. El contacto con los animales disminuye los sentimientos de soledad y potencia la autoestima al crear un sentimiento de ser necesitado y querido, proporcionando la satisfacción de ser útil; desarrolla la confianza en uno mismo y enseña a asumir responsabilidades al cuidar al animal a su cargo. En la relación con otras personas el animal actúa como catalizador facilitando el contacto. Disminuye la agresividad, ansiedad y el estrés ; mejora los estados depresivos y de soledad. Estimula a realizar ejercicio y tiene probados efectos cardiovasculares beneficiosos (disminuye la presión sanguínea).

Como únicos efectos negativos tenemos el coste de mantenimiento del animal (en general bajo), el peligro de mordeduras, arañazos, alergias o contagio de enfermedades (extremadamente improbable y fácil de evitar) y quizá el más grave sea el sentimiento de pérdida en el caso de muerte del animal. De todas formas evidentemente la TAAC no es la panacea para todos los males y existirán personas que

no se beneficiarán de ella pudiendo ser incluso contraproducente (fobias a animales o indiferencia marcada hacia los mismos).

Los animales más utilizados son los perros seguidos por los gatos. Se utilizan también animales de granja (ovejas, gallinas, caballos, etc.) e incluso está demostrado que contemplar un acuario con peces disminuye la ansiedad y reduce la presión sanguínea. De todas formas y según en que casos han sido utilizados todo tipo de animales desde delfines hasta animales salvajes cuya proximidad provoca fuertes estímulos emotivos.

En la actualidad las líneas de trabajo más extendidas son :

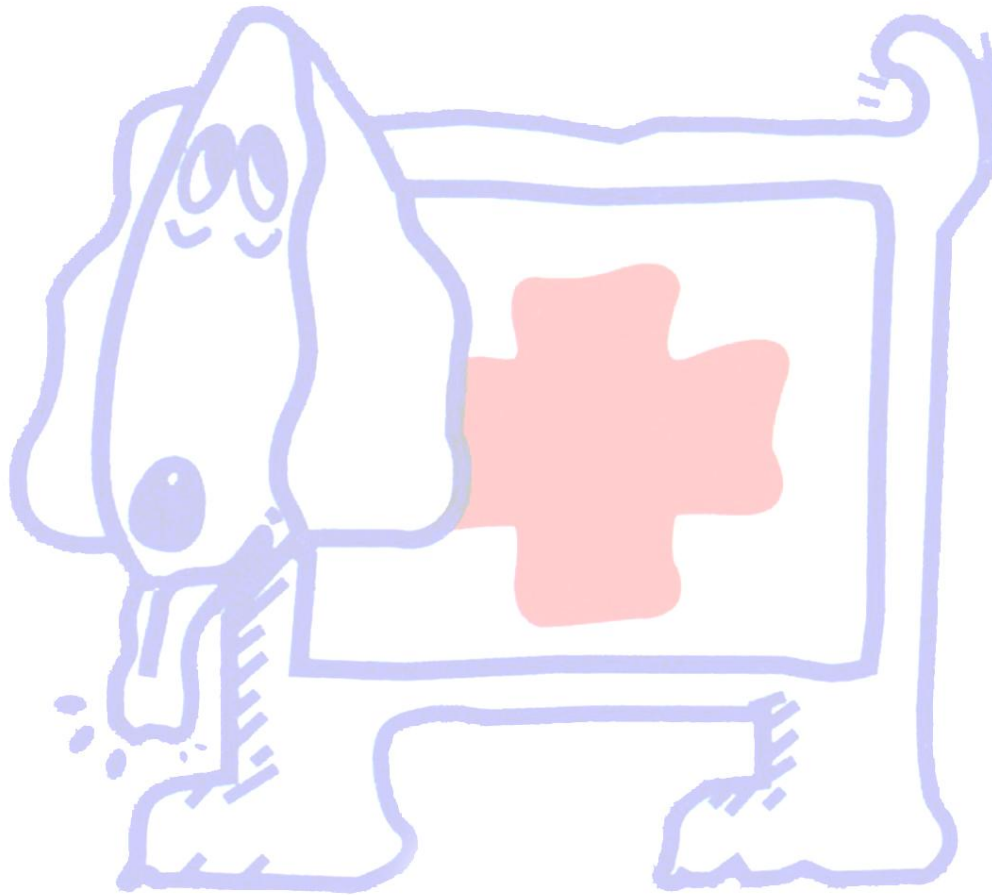
- Tratamiento de enfermos del corazón pues se ha demostrado que la supervivencia tras un infarto de miocardio o una angina de pecho es superior en los propietarios de animales al hacer más llevadera la rutina de la convalecencia y fomentar un ejercicio moderado.
- En los niños con retraso escolar o dificultades de aprendizaje al estimular la responsabilidad, autoestima, mejora de las relaciones interpersonales, etc.
- En ancianos al protegerlos de la soledad, obligándoles a realizar más ejercicio, sintiéndose útiles y queridos, ayudan a superar estados depresivos, etc.
- Rehabilitación de delincuentes pues el contacto con animales reduce la violencia, mejora las relaciones internas-personal, proporciona autoestima, etc.
- Tratamiento de múltiples enfermedades mentales como el autismo, depresión, deficiencia mental.
- Centros de desintoxicación de drogodependientes con los mismos beneficios expuestos en puntos anteriores.

La terapia asistida por animales está muy extendida en países como EE UU, Inglaterra o Francia donde cuentan con experiencia de varias décadas ; en España son todavía pocas las iniciativas en este campo, quizás debidas al desconocimiento, a la falta de recursos y a la desconfianza en los resultados. Podríamos potenciarla mediante la difusión de sus beneficios y especialmente con la publicación de trabajos con los efectos científicamente demostrables de esta terapia. Especial mención merece la antigua "Fundación Purina" (hoy Fundación Affinity) que lleva varios años dedicada a potenciar y mejorar las relaciones entre las personas y los perros y gatos de nuestro país, realizando desde las campañas antiabandono ("El nunca lo haría, no lo abandones"), hasta programas de gran interés de TAAC. Esta fundación celebró su cuarto congreso bajo el lema "Animales de compañía, fuente de salud" con una exitosa asistencia.

Para terminar nuestro intento de que la convivencia con los animales de compañía sea valorada en su justa medida, traemos un breve párrafo de la que fue presidenta de Honor del Congreso de la Fundación Purina, S. M. la Reina D.^ª Sofía : *"Es preciso que todos nos mentalicemos de que los animales de compañía no son sólo una fuente de salud y alegría, sino que ayudan, con su fidelidad y cariño, a equilibrar y mejorar las*

relaciones humanas, y muy especialmente en el medio urbano. Nuestros queridos amigos nos ayudan, en definitiva, a mejorar nuestra calidad de vida. A ser mejores.”

**MANUEL LÁZARO RUBIO
CLINICA VETERINARIA MIRASIERRA**



**Clínica Veterinaria
MIRASIERRA**